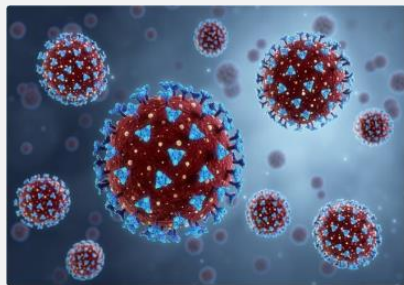


مؤثرترین راه‌های کاهش انتقال کووید ۱۹

در مطالعه‌ای نو، پژوهشگران به بررسی راهکارهای پیشگیری از انتقال کووید ۱۹ پرداخته‌اند؛ موضوعی که با وجود فروکش کردن همه‌گیری، همچنان برای آمادگی در برابر بیماری‌های عفونی آینده اهمیت زیادی دارد.



در مطالعه‌ای نو، پژوهشگران به بررسی راهکارهای پیشگیری از انتقال کووید ۱۹ پرداخته‌اند؛ موضوعی که با وجود فروکش کردن همه‌گیری، همچنان برای آمادگی در برابر بیماری‌های عفونی آینده اهمیت زیادی دارد. به گزارش ایسنا، بیماری کووید ۱۹ که ناشی از ویروس کرونا SARS-CoV-2 است، از اواخر سال ۲۰۱۹ به سرعت در سراسر جهان گسترش یافت و به یکی از بزرگ‌ترین بحران‌های سلامت عمومی در دهه‌های اخیر تبدیل شد. این بیماری تنها سلامت افراد را تهدید نکرد، بلکه نظام‌های درمانی، اقتصاد جهانی و شیوه زندگی مردم را نیز به طور جدی تحت تأثیر قرار داد. افزایش ناگهانی بیماران، فشار زیادی بر بیمارستان‌ها به ویژه بخش‌های مراقبت ویژه وارد کرد و نیاز به تجهیزات پیشرفته مانند دستگاه‌های تهویه مکانیکی را افزایش داد. هم زمان، محدودیت‌های اجتماعی، تعطیلی مدارس و کسب و کارها و کاهش سفرها پیامدهای اقتصادی و اجتماعی گسترده‌ای به همراه داشت.

با توجه به شیوه انتقال ویروس کرونا از طریق قطرات تنفسی، تماس نزدیک و در برخی شرایط از راه هوا، پیشگیری از انتقال آن به یکی از مهم‌ترین چالش‌ها تبدیل شد. از همان ماه‌های ابتدایی همه‌گیری، راهکارهایی مانند شست و شوی دست‌ها، استفاده از ماسک، فاصله‌گذاری فیزیکی و قرنطینه پیشنهاد و اجرا شدند. با این حال، درباره میزان اثربخشی هر یک از این روش‌ها، به ویژه استفاده از انواع مختلف ماسک و تجهیزات حفاظت فردی، اختلاف نظرهایی وجود داشت. برخی مطالعات نتایج بسیار مثبتی گزارش کردند و برخی دیگر تأثیر این اقدامات را محدود یا نامشخص دانستند. همین تفاوت نتایج، ضرورت انجام پژوهش‌هایی را نشان داد که بتوانند شواهد موجود را به صورت جامع و قابل اتکا جمع‌بندی کنند. در همین راستا، گروهی از پژوهشگران ایرانی به سرپرستی شادی اسدزندی از مرکز تحقیقات مدیریت و اقتصاد سلامت پژوهشکده مدیریت سلامت دانشگاه علوم پزشکی ایران، با همکاری پژوهشگرانی از دانشگاه علوم پزشکی تهران و دانشگاه علوم پزشکی آجا، مطالعه‌ای را انجام دادند.

روش انجام این پژوهش، مروری بود؛ به این معنا که پژوهشگران به جای بررسی مستقیم مطالعات اولیه، مرورهای نظام‌مند منتشرشده را تحلیل کردند. برای این کار، جست‌وجوی گسترده‌ای در پایگاه‌های معتبر علمی انجام شد و پس از ارزیابی عنوان و چکیده مقالات و سنجش کیفیت آن‌ها با ابزارهای استاندارد، داده‌های مربوط به مطالعات واجد شرایط استخراج و تحلیل شدند. بر اساس یافته‌های این بررسی، بخش عمده این مطالعات بر نقش ماسک در پیشگیری از انتقال کووید ۱۹ تمرکز داشتند و شواهد قابل توجهی درباره اثر محافظتی آن ارائه کردند. در مقابل، درباره فاصله‌گذاری اجتماعی به عنوان یک اقدام مستقل، شواهد کمتری در دسترس بود و نتایج مطالعات در این زمینه یکدست نبود.

بر اساس جمع‌بندی نتایج، پژوهشگران به این نتیجه رسیدند که استفاده هم‌زمان از چند روش حفاظتی، از جمله پوشیدن ماسک، رعایت بهداشت دست‌ها و حفظ فاصله فیزیکی یک متر یا بیشتر، می‌تواند به طور قابل توجهی انتقال کووید ۱۹ را کاهش دهد. در این میان، استفاده از ماسک‌های پزشکی سه لایه برای عموم مردم و ماسک‌های N۹۵، پزشکی و جراحی همراه با سایر تجهیزات حفاظت فردی برای کارکنان مراقبت‌های بهداشتی توصیه شده است. بر این اساس، انواع مختلف ماسک‌ها، از پارچه‌ای تا جراحی و N۹۵، در مطالعات گوناگون بررسی شده‌اند. بیشتر شواهد، اثربخشی بالاتر ماسک‌های پزشکی و به ویژه N۹۵ را تأیید می‌کنند، هرچند در برخی مطالعات، تأثیر معناداری برای بعضی انواع ماسک گزارش نشده است.

پژوهشگران تأکید می‌کنند که ماسک‌ها دو نقش هم‌زمان دارند: محافظت از فرد استفاده‌کننده و کاهش انتشار ویروس به دیگران. بنابراین، استفاده همگانی از ماسک در فضاهای عمومی می‌تواند یک سد مضاعف در برابر انتقال بیماری ایجاد کند. همچنین نتایج فوق که در فصلنامه «مدیریت سلامت» وابسته به دانشگاه علوم پزشکی ایران منتشر شده‌اند، حاکی از آن هستند که هیچ یک از روش‌های پیشگیری به تنهایی کافی نیستند. سازمان بهداشت جهانی نیز بر این نکته تأکید دارد که ماسک باید همراه با اقداماتی مانند شست و شوی منظم دست‌ها و کاهش تماس‌های نزدیک استفاده شود. به علاوه، فاصله‌گذاری اجتماعی اگرچه در برخی مطالعات مؤثر گزارش شده، اما به تنهایی و بدون سایر اقدامات، همیشه نتیجه یکسانی نداشته است. از این رو، رویکرد ترکیبی، مؤثرترین و منطقی‌ترین راهکار برای کنترل بیماری‌های عفونی مشابه کووید ۱۹ در نظر گرفته می‌شود.